Спортивный праздник для старшего дошкольного возраста.

«Секрет здоровья»

Место проведения: спортивная площадка, участок группы №9, площадка за зданием детского сада.

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни.

Ход мероприятия.

Дети групп №7,8,9 выходят на площадку перед входом в детский сад. Там их встречает Айболит.

Айболит: здравствуйте, ребята! Как вы себя чувствуете? Все здоровы? Никто не болеет? Какие молодцы! А вот мне сегодня утром пришло письмо от моей знакомой Кикиморы. Болеет она часто. Вот и просит она узнать какой – то секрет здоровья. Вы не знаете, что это за секрет! (ответы детей)

Чтобы точно нам узнать секрет здоровья, нужно отправиться в гости к Чистюльке, Вкусняшке и Спортику. Уж они – то точно знают! Хотите с ними познакомиться? Тогда в путь!

(дети расходятся по разным площадкам, каждая группа по очереди посещает всех героев)

Задания Чистюльки: (площадка за зданием)

1. «Помой посуду» - дети делятся на 2 команды, на столе стоят 2 тазика с водой, лежат 2 губки, нужно по очереди взять из корзинки пластмассовую тарелку, помыть, положить на стол. Чья команда быстрее справится.
2. «Собери мусор» - собрать раскиданные бумажки.
3. «Развесь бельё» - между двумя стульями натянута верёвка, нужно выжать платочек, добежать до верёвки, развесить, пристегнуть прищепкой.

Итог: 1 секрет здоровья – Чистота.

Задания Вкусняшки: (участок группы №9)

1. Отгадать загадки о вредной и полезной пище.
2. Назвать продукты для компота (кто больше)
3. Выбрать продукты для салата (муляжи)

Итог: 2 секрет здоровья – Полезное питание.

Задания Спортика: (спортивная площадка)

1. «Дорожка здоровья» - пройти по буму, добежать до лазанки, пролезть в пролёт, пробежать по лабиринту.
2. Подвижная игра «Пятнашки»

Итог: 3 секрет здоровья – Занятия физкультурой и спортом.

 (встречаются у входа в здание, там их ждут Кикимора и Айболит )

Кикимора: Ой, голова болит! Ох, насморк! Кажется и температура поднимается!

Айболит: Ну как, ребята, узнали вы секрет здоровья? А то Кикимора что – то совсем расклеилась! (ответы детей).

Спортик: Да что рассказывать – то! Давайте мы ей всё покажем!

Флешмоб. (нарезка песен)

Айболит: Ну как Кикимора, лучше тебе?

Кикимора: да вроде чуть чуть получше, да как то не совсем.

Айболит: А скажи ка мне милочка, а делала ли ты прививку от гриппа?

Кикимора: Нет! Я боюсь всяких там прививок!

Айболит: Так вот почему ты болеешь! Ай яй яй, Кикимора! Такая большая, а прививок боишься! Наши ребята и то не боятся! Все делают и не болеют! У тебя на болоте комары есть?

Кикимора: Ой! Полно!

Айболит: кусаются наверное?

Кикимора: каждый день!

Айболит: так вот и прививка – это как укус маленького комарика! А польза от неё огромная! Ты больше не будешь так сильно болеть, сможешь гулять с друзьями, играть, ходить в гости, да всё, что угодно можешь делать!

Кикимора: правда? Тогда я хочу прививку! Доктор, вы мне сделаете?

Айболит: конечно! (доктор делает прививку, Кикимора выздоравливает)

Кикимора: ой как здорово! Ничего не болит! Побегу всем расскажу о чудесной прививке и о секретах здоровья! До свидания, ребята!

Айболит: Вот и узнали мы с вами секреты здоровья! Давайте ещё раз повторим, что нам необходимо для здоровья?

Дети: занятия физкультурой и спортом, правильное питание, чистота и обязательная вакцинация против гриппа.

Айболит: молодцы, ребята! Помните эти секреты и вы будите здоровы! А теперь все гулять на свежем воздухе! До свидания!